

Rezept

Oktopus auf galicische Art

Ein Rezept von Oktopus auf galicische Art, am 04.06.2023

Zutaten

- | | |
|------------------------------------|--|
| 1 Zwiebel | 3 Lorbeerblätter |
| 1 TL schwarze Pfefferkörner | 2 küchenfertige Oktopusse (à 500-600 g) |
| 8 EL bestes Olivenöl | grobes Meersalz |
| 1-2 TL edelsüßes Paprikapulver | |

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 4 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 295 kcal

Zubereitung

1. In einem großen Topf 5 l Wasser zum Kochen bringen. Die Zwiebel ungeschält halbieren und mit dem Lorbeer und dem Pfeffer dazugeben. Die Oktopusse in reichlich Wasser waschen. Jeden Oktopus einzeln am Körper festhalten und die Fangarme dreimal jeweils 30 Sek. in das kochende Wasser tauchen, bis die Arme sich einrollen. Dann ganz ins Wasser gleiten lassen und offen bei mittlerer Hitze 35-45 Min. kochen lassen.
2. Stechen Sie nach 35 Min. mit einem spitzen Messer in die dickste Stelle eines Fangarmes. Geht das leicht, ist der pulpo fertig, sonst 5-10 Min. weiterkochen lassen.
3. Die Oktopusse herausnehmen und etwas abtropfen lassen. Die Fangarme mit einer Küchenschere (oder auf einem Küchenbrett mit dem Messer) in knapp 1 cm dicke Scheiben schneiden und auf Holzteller verteilen. Jeweils 2 EL Olivenöl darüber träufeln und mit grobem Meersalz und Paprikapulver bestreuen.